**Доклад на тему:**

**«Радость каждого дня: формирование жизнелюбия и профилактика аутоагрессивного поведения у детей и подростков»**

 Подготовил: педагог-психолог Елисеев В.Н.

**Бийка 2022 г.**

 На сегодняшний день повысился уровень аутоагрессивного поведения не только в России, но и в ряде других цивилизованных стран мира. Как показывают данные ВОЗ, количество суицидальных попыток у школьников и юношей 15-24 лет в Российской федерации стало возрастать около 2,5-3 раз. Проблема подросткового суицида в России — одна из самых старых: в конце девяностых страна была среди лидеров в мире, средний показатель самоубийств несовершеннолетних в России больше чем в три раза превышал средние цифры на планете. Так, по данным отечественных исследований особенно возрастает число суицидальных попыток  в период  социально-экономических кризисов (от 33,6 случаев законченного суицида на 100000 жителей в 2017 году, до 42 случаев в 2019 году). Очевидно, что предпосылками такого всплеска разрушающего поведения среди молодежи могут быть изменения в общественной жизни в целом. В частности таких ее сфер как: политических, духовных, материальных, этнических и других. Эти изменения влекут повышенных требований к личности, и таким образом вызывают сбой привычной  для человека жизни, приводят к  росту внутренних переживаний, что сопровождается напряжением. Подростки, как мы знаем, в период становления личности, становятся более уязвимыми ко всем изменениям, которые происходят как во внутреннем мире самой личности, так и во внешнем, поэтому именно они и являются мишенью аутоагрессии.

 Аутоагрессия - это действия индивида, направленные на нанесение какого-либо ущерба своему соматическому или психическому здоровью. Это вариант агрессивного поведения, при котором субъект и объект агрессии совпадают.

 Различные формы саморазрушающего поведения у детей и подростков могут проявлятся в нарушении школьной дисциплины, грубом обращении с одноклассниками и учителями, сквернословии, моббинге. Аутоагрессивное поведение проявляется в двух формах: самоубийстве (суицидальном поведении) и самоврежденин (парасуицидальном поведении). Их различия заключены в конечной цели (смерти или членовредительстве) и вероятности ее достижения. Чтобы понять, что такое аутоагрессивное поведение, разберем  несколько определений данного термина. Итак, аутоагрессивное поведение-действия, направленные на нанесение какого-либо ущерба своему соматическому или психическому здоровью. Разновидность агрессивного поведения, при котором совпадает объект и субъект агрессии.  Аутоагрессия и агрессия имеют одни и те же патогенетические механизмы и соотносятся по типу «клапанного взаимодействия». При этом агрессивное поведение может направляться либо на окружающих, либо на себя.  В отличие от предыдущего автора, Софья Кимовна Нартова-Бочавер под аутоагрессивным поведением понимает вторичную психологическую защиту, в ходе чего человек перенаправляет негативный аффект внешнего объекта на себя.  С.С. Степанов под аутоагрессией понимает разновидность агрессивного поведения, при котором враждебные действия по каким-либо причинам (преимущественно социального характера) не могут быть обращены на раздражающий объект и направляются человеком на самого себя. Такие действия проявляются в склонности к самоунижению, самобичеванию, иногда – в нанесении себе физических повреждений и в особо тяжелых случаях – в попытках суицида. Данное поведение характерно для лиц, страдающих невротическими и депрессивными расстройствами.

Типы аутоагрессивного поведения:

1)     суицидальное поведение: осознанные действия, направленные на добровольное лишение себя жизни;

2)     суицидальные эквиваленты и аутодеструктивное поведение: неосознанные действия (иногда преднамеренные поступки), целью которых не является добровольное лишение себя жизни, но ведущие к физическому (психическому) саморазрушению или к самоуничтожению;

3)     несуицидальное аутоагрессивное поведение: различные формы умышленных самоповреждений (самоотравлений), целью которых не является добровольная смерть (или заведомо неопасные для жизни).

 Саморазрушительные действия можно классифицировать следующим образом:

1.  По влиянию на область человеческого бытия (физические, психические, социальные, духовные);

 2.  По структурным характеристикам (идиаторные, аффективные, внешнеповеденческие);

3.  По способу реализации (непосредственные, расширенные, опосредованные, трансагрессивные);

4.  По степени произвольности (осознанные, неосознанные);

5.  По темпу формирования (острые, подострые, хронические);

6.  По временным показателям (транзиторные, рецидивирующие, персистирующие);

 7.  По типу развития (станционнарные, прогрессирующие, регрессирующие, трансформирующие);

 8.  По связи с заболеванием или его обострением (морбидные, внеморбидные);

9.  По влиянию на течение болезни (условно-негативные, условно-позитивные, условно-нейтральные).

 В течение всей жизни человек испытывает множество критических ситуаций, которые в дальнейшем меняют его поведение, поступки, действия и влияют на развитие личности. В подростковом возрасте особенно остро переживаются такие ситуации. Школьники пытаются спрятать свои проблемы от взрослых, маскируя их, и пытаются самостоятельно справиться со сложившимися обстоятельствами. Такие эмоциональные переживания приводят к  нарушению адаптации личности в социальной, духовной, политической и других сферах жизнедеятельности. Можно отметить, что у подростков возникают защитные образования, которые проявляются в  поведенческих отклонениях школьника, в особенности такого явления как аутоагрессия. Аутоагрессия не сопровождает нас с самого рождения. В начале своей жизни ребенок не ищет в себе какие-либо недостатки и не ищет оправданий за свои оплошности. Умение анализировать и корректировать свое поведение и самого себя, оценивать плохие и хорошие действия и поступки приобретается детьми к определенному жизненному периоду. Ребенок сканирует поведение своих родителей, в ходе этого наблюдает за тем, как ведут себя окружающие взрослые и копирует их привычки и поступки, будь они не только хорошими, но и пакостными. За проделки и шалости родители, как правило, наказывают своих детей, потому как это принятое в нашем обществе явление. Недоработки семейного и школьного воспитания в формировании личности дополняются и усугубляются другими социально-педагогическими факторами, способствующими в известной степени закреплению отрицательных качеств. Таковыми могут являться: отсутствие системы профилактических мероприятий и пропаганды здорового образа жизни в различных общественных и государственных институтах. Так же негативное следование бесцельному времяпровождению на улице, участие в неформальных группах и объединениях отрицательной направленности; влияние различных проявлений саморазрушения личности, самонаправленной жестокости; отрицательное воздействие отдельных средств массовой информации. В дальнейшем поведение такого рода переходит в самонаказание и является уже привычным  делом. Ребенок не может решить свои проблемы и корректировать проступки, он начинает вместо этого направлять агрессию и злость против себя, тем самым выражая свою аутоагрессию. Как говорил З.Фрейд, что люди причиняют себе вред на бессознательном уровне из-за врожденных агрессивных предпосылок, которые произошли в какой-либо конкретной ситуации. Он писал: «Когда кто-нибудь из моих домашних жалуется, что прикусил себе язык, прищемил палец и т.д., то вместо того, чтобы проявить ожидаемое участие, я спрашиваю: зачем ты это сделал?», что говорит о том, что кроме сознательного причинения вреда своему здоровью, существует и бессознательное, которое может быть замаскировано под несчастный случай.  Именно в школьном, подростковом возрасте у ребенка происходят сильные изменения в развитии его личности, личностном пространстве, восприятии окружающего мира. Данные изменения затрагивают не только физиологические феномены организма, но и духовые, социологические отношения, складывающиеся в обществе с окружающими его людьми: одноклассниками, друзьями, сверстниками и взрослыми. Переходный, подростковый возраст является наиболее сложным периодом жизни человека. В этот период наступает пубертатный кризис. Данный кризис дает о себе знать не только ребенку, но его родителям. Этот отрезок жизненного пути человека сопровождается неустойчивым эмоциональным фоном, частыми срывами. Настроение очень резко меняется с хорошего на плохое и наоборот, часто активность и  оптимистичность сменяется на усталость и подавленность. Дети в переходном возрасте начинают самопознаваться. Они пытаются разобраться и понять себя. Копаясь в дебрях собственного сознания, дети стремятся найти в себе что-то новое, раннее никому неизвестное. Зачастую, ребенок предвидит в себе множество негативных черт. Он не может преодолевать тягость своего характера, не справляется с обильной эмоциональностью, имеет склонность впадать в крайность и не видит выхода из этой крайности, имеет желание изменить недостатки своей внешности, которые раздражают его. В период подросткового возраста проявляются такие психологические особенности, как сильная чувствительность к восприятию своей внешности другими людьми и ее оценке, стеснительность, заменяющаяся на раскрепощенность, внимательность чередуется с невнимательностью, нежелание воспринимать действительность окружающего мира, появление эталонов и стремление к своему вымышленному идеальному образу. Девиантое  поведения и аутоагрессия могут развиваться из-за больших эмоциональных тревог, завышенных требований со стороны родителей, гиперопеки, сильных умственных и физических нагрузок, приводящих к утомлению. В ходе этого может развиваться невротизация. Данные признаки подросткового возраста служат предпосылками появления аутоагрессивного поведения у детей. Для того, чтобы подросток имел хороший уровень жизни и смог адаптироваться в окружающем его обществе, ему необходимо быть значимым среди сверстников, повышать свой авторитет, иметь большие перспективы в будущем. Дети могут начать на бессознательном уровне заниматься такими видами спорта, которые влекут за собой опасность их здоровью. За собственное здоровье в этот период жизни школьники зачастую не переживают. Нельзя ни сказать о том, что в  настоящее время подростки находятся под большим влиянием СМИ, интернета, компьютерных игр, социальны сетей, что оказывает неимоверный вклад в развитии личности ребенка. Почти каждый подросток зависим от виртуальных сетей. Из-за нынешнего воспитания большое количество современных подростков, не могут справиться самостоятельно со своими проблемами и найти решение выхода из кризисных ситуаций, это приводит к тому, что у ребенка автоматически на бессознательном уровне включается психологическая защита, в ходе чего он уходит от реального мира с помощью замещающих средств. Одним из самых популярных и наиболее простых способов отойти от реальности служит  употребление вредных, психотропных веществ. Например: напитки, содержащие алкоголь, наркотические вещества, курительные смеси и табак. Такой способ не влечет больших затрат, поэтому доступен подросткам. Лишь единицы таких школьников задумываются о последствиях, к которым это все может привести. Они начинают употреблять этот «ассортимент» либо под воздействием сверстников и друзей, либо из любопытства.

 Подростковое отстранение от окружающего мира можно разделить на категории:

1) употребление психотропных и наркотических веществ;

2) занятие спортом, влекущим опасность для здоровья;

3) суицидальное поведение (попытки, намерения и мысли). Т

 Третью категорию подростков принято считать самой тяжелой. Она является крайней стадией аутоагрессивного поведения. Зачастую в таком состоянии ребенок не хочет намеренно уходить из жизни, а использует демонстративное суицидальное поведение. У него в мыслях складывается план действий, с помощью которого подросток пытается показать окружающим, что он имеет серьезные проблемы, с которыми ему не хватает сил справиться самостоятельно. Подросток ждет помощи от родных и близких. Многим детям в данный период не достает родительской поддержки и любви, поэтому они прибегают к крайним мерам, чтобы привлечь к себе  хоть немного внимания. Но они не понимают, что их могут  не успеть спасти. С педагогической точки зрения первичная профилактика предполагает деятельность педагога по созданию для ребенка условий и возможностей удовлетворять свои потребности социально положительными способами, изучение личности ученика, исследование его ближайшего окружения: семьи, школьного коллектива, микрогрупп и неформальных объединений, а также возникающих в них межличностных отношений и процессов.

 Работа с трудными подростками требует от педагога-психолога соблюдения некоторых правил:

-     игнорирование агрессивной тенденции;

-включение агрессивных действий в контекст  игры, придание им нового, позитивного смысла;

 -  установление запрета на агрессивные действия;

 -  разворачивание и "растягивание" агрессивных действий, в основе которых лежит страх;

 - использование психодрамы.

 Итак, предпосылками появления аутоагрессивного поведения у школьников являются представленные выше факторы. Данное поведение может привести к таким отклонениям как: наркомания, таксикомания, алкоголизм, курение сигарет или курительных смесей, маньячество, агрессивность, садизм, суицидальные попытки и т.д. Таким образом, для того чтобы помочь детям справится со своей агрессей и выйти из кризисной ситуации педагогам-психологам необходимо проводить профилактические работы в школе. Они должны проводить методики по выявлению аутоагрессии и на ранних стадиях обнаруживать  тревожность и агрессию в поведении подростков. А также информировать педагогический персонал школы и родителей о том, что в настоящее время над детьми висит данная проблема. С подростками, у которых обнаружена проблема агрессии и аутоагресии желательно проводить развивающие занятия с коррекционным уклоном незамедлительно, чтобы не доводить до крайней стадии агрессивности.

Изучением проблемы агрессии и аутоагрессии в разное время в нашей стране и за рубежом занимались: Н.В.Аликина, Ю.В.Егошкин, С.Н.Ениколопов, П.А.Ковалёв, Н.Д.Левитов, Н.А.Ратинов, К.А.Тарасов, А.Бандура, Р.Бэрон, К.Лоренц, Д.Ричардсон, З.Фрейд.